

# LABORATORIO ARTISTICO PER CASA DI CURA PER ANZIANI

## IL QUILLING collettivo:

Il “Quilling libero” detto anche “filigrana di carta” è una tecnica di decorazione della carta che prevede l’uso di strisce di carta arrotolate, piegate e modellate per creare forme decorative o artistiche. Si possono creare lavori sia personali che di gruppo: piccoli quadretti o lavori artistici astratti eseguiti in gruppo. Questo tipo di attività non solo stimola la creatività, ma offre numerosi benefici cognitivi e psicologici:

- attraverso la creatività gli anziani rafforzano il senso di autostima e realizzazione;
- questa pratica richiede concentrazione, memoria e capacità di risolvere problemi, ciò aiuta a mantenere il cervello attivo;
- il lavoro manuale richiede movimenti delicati e di precisione ideali per mantenere allenati i muscoli delle mani e delle dita. Il Quilling implica, quindi, il controllo delle mani e delle dita esercitando la motricità fine che può essere utile per mantenere la coordinazione manuale;
- lavorare assieme su un progetto comune favorisce la socializzazione e la creazione di legami tra gli anziani, migliorando il benessere emotivo e l’attività artistica, molto rilassante, aiuta a ridurre l’ansia e lo stress, offrendo uno spazio per staccare dalla routine quotidiana e concentrarsi su qualcosa di piacevole e stimolante.

## CONCLUSIONI:

Il Quilling libero per una casa di cura non è solo un’opportunità di apprendimento artistico, ma una vera e propria esperienza che favorisce l’inclusione sociale, il benessere emotivo e l’espressione creativa. L’arte del Quilling può diventare uno strumento potente per valorizzare la capacità espressiva degli anziani e migliorare la qualità della loro vita quotidiana.

Ovviamente in questo tipo di laboratorio, gli anziani dovranno essere strettamente seguiti dal personale del laboratorio per far sì che abbiano a disposizione chi possa aiutarli nelle difficoltà e non farli sentire inadeguati e impotenti nell’eseguire manualmente le figure artistiche. Il laboratorio può essere continuativo e aperto, cioè finirà quando l’insieme delle striscioline di carta avrà trovato la collocazione incollata in un grande foglio da disegno a formare delle figure astratte o famigliari, e poi esposto in bella mostra, magari, nei luoghi comuni della Casa di Cura.

## OCCORRENTE:

- Striscie di carta alte 2/3 cm di varie lunghezze e diversi colori
- Matite o bastoncini di legno per modellarle
- Cucitrice per punti metallici
- Punti metallici
- Colla con beccucci dispense
- Fogli di carta pesante o cartoncini